



Aktivitetsprogram for juni/juli 2021



– opdateret 2. juni 2021

Se aktuel oversigt og evt. aflysninger på www.iidvejle.dk

LOKALIDRÆT					
Aktivitet	Dag	Tid	Sted	Sæson	Bemærkning
Lokalidræt (Stolemotion) - HUSK coronapas	Mandag	9.30-11.00	Roarsvej 17, Festsalen	Hele året	

MANDAG					
Aktivitet	Tid	Sted	Sæson	Bemærkning	
Gymbold – HUSK coronapas	8.30-9.30	DGI-huset, hal 2C	Juni	Husk liggeunderlag	
Gratis morgengymnastik (udendørs) * Gulvøvelser kl. 9.45-10.15	9.00-9.45	Plænen ved biblioteket	Juni/juli	GRATIS *Husk liggeunderlag	
Billard - HUSK coronapas	9.00-11.00	Roarsvej 17, kld.	Juni		
Badminton – HUSK coronapas	9.00-12.30	Jagtvej 7	Juni/juli		
Svømning med sauna – HUSK coronapas	12.00-13.00	DGI-huset	Juni	Adgang kl. 11.40-12.10	

TIRSDAG					
Aktivitet	Tid	Sted	Sæson	Bemærkning	
Træningscenter – HUSK coronapas	8.00-11.00	DGI-huset, hal 1 - balkon	Juni	Instruktion kl. 9.30	
Morgengymnastik (indendørs) – HUSK coronapas	8.30-9.30	DGI-huset, hal 1	Juni	Husk liggeunderlag	
Badminton – HUSK coronapas	9.00-12.00	Jagtvej 7	Juni		
Bordtennis – HUSK coronapas	9.00-13.00	DGI-huset, hal 2A	Juni		
Badminton, rygtræning m.m. for Jobcenter Vejle - HUSK coronapas	9.00-10.15	Grejsdalshallen	Juni		
Udendørs tennis	9.00-11.00	v/Vejle gl. stadion	Juni		
Svømning i Mølholm – HUSK coronapas	9.15-10.15	Mølholmbadet	Juni		
Soft hockey	9.30-10.30	DGI-huset, hal 1	Juni		
Sommerpilates for mænd – HUSK coronapas	10.00-11.15	DGI-huset, hal 2C	Juni	Husk liggeunderlag	
Træning for KOL-borgere – HUSK coronapas	11.00-12.00	DGI-huset, hal 1	Juni		
Pilates m/k (udendørs)	12.30-13.30	Plænen ved Biblioteket	Juni	Husk liggeunderlag	
Pilates/effekt for kvinder - HUSK coronapas	13.45-14.45	DGI-huset, hal 2C	Juni	Husk liggeunderlag	
Hensyn. vandgym. for kvinder – HUSK coronapas	14.00-14.45	Mølholmbadet	Juni		

ONSDAG					
Aktivitet	Tid	Sted	Sæson	Bemærkning	
Gratis morgengymnastik (udendørs)	8.30-09.15	Albuen Vejle	Juni/juli	GRATIS	
Bordtennis – HUSK coronapas	9.00-13.00	DGI-huset, hal 2A	Juni		
Badminton – HUSK coronapas	10.00-13.00	Jagtvej 7	Juni/juli		
Udendørs fodbold	10.00-11.30	Østerbrogade Stadion v/Vejle Friskole	Juni		
Rygtræning på stor bold – HUSK coronapas	10.30-11.30	DGI-huset, hal 2C	Juni	Husk liggeunderlag	
Zumba (udendørs)	11.00-12.00	DGI-husets p-plads v/indgang syd	Juni		
Yoga (hold 1) (udendørs)	11.30-13.00	Plænen ved biblioteket	Juni	Husk liggeunderlag	
Yoga (hold 2) – HUSK coronapas	13.15-14.45	DGI-huset, hal 2C	Juni	Husk liggeunderlag	
Træningscenter for Jobcenter Vejle – HUSK coronapas	12.40-14.00	DGI-huset, hal 1 - balkon	Juni/juli		

Vend og se bagsiden for torsdag, fredag samt gåture



Aktivitetsprogram for juni/juli 2021

– opdateret 2. juni 2021

Se aktuel oversigt og evt. aflysninger på www.iidvejle.dk



TORS DAG				
Aktivitet	Tid	Sted	Sæson	Bemærkning
Træningscenter – HUSK coronapas	8.00-11.00	DGI-huset, hal 1 - balkon	Juni	Instruktion kl. 9.30
Hensyntagende vandgymnastik – HUSK coronapas	8.00-8.45	Mølholmbadet	Juni	
Morgengymnastik (indendørs) – HUSK coronapas	8.30-9.30	DGI-huset, hal 2C	Juni	Husk liggeunderlag
Badminton – HUSK coronapas	9.00-12.30	Jagtvej 7	Juni	
Bordtennis – HUSK coronapas	9.00-13.00	DGI-huset, hal 2A	Juni/juli	
Udendørs tennis	9.00-11.00	v/Vejle gl. stadion	Juni	
Træning for senhjerneskedede/demente – HUSK coronapas	10.00-11.30	DGI-huset, hal 2B	Juni	
Motion for kræftramte – HUSK coronapas	11.30-13.00	DGI-huset, hal 2C	Juni	Husk liggeunderlag
Svømning med sauna – HUSK coronapas	12.00-13.00	DGI-huset	Juni	Adgang kl. 11.40-12.10
Gåtur	12.00-13.30	Se liste nedenfor	Juni	Husk godt fodtøj
Hensyntagende vandgymnastik – HUSK coronapas	14.00-14.45	Mølholmbadet	Juni	
FREDAG				
Forårsgymnastik i det fri (udendørs)	10.00-10.45	Plænen ved Biblioteket	Juni	

Gåture

Gåturene er åbne og gratis for ALLE borgere i Vejle Kommune

Dato	Mødested	Guide
3. Juni	Indgangen ved Søndermarkshallen	Rasmus
10. Juni	Hovedindgangen ved Psykiatrisk sygehus	Bente
17. Juni	Busstop, Valløesgade	Robin
24. Juni	Indgangen ved Søndermarkshallen	Rasmus